

Trauer, doppelte Wirklichkeit und die Kultur des Erinnerens und Verzeihens

Ein sehr persönlicher Bericht¹

Prof. Dr. Léon Wurmser

Vortrag am 29. April im Rahmen der
60. Lindauer Psychotherapiewochen 2010 (www.Lptw.de)

The worst is not
So long as we can say: "This is the worst"
(Shakespeare, King Lear, IV.I.3)

Einleitung

„Trauer [ist] kreative Lebendigkeit im Augenblick eines Verlusts,“ lese ich in einer soeben erschienenen schönen und hilfreichen Arbeit von Franz Wellendorf (2009, S. 35). Ich wandte mich diesem Aufsatz zu, als ich versuchte, Boden unter meinen Füßen inmitten des heruntersaugenden Strudels und des überschwemmenden eigenen Erlebens zu gewinnen: meine Frau war nach langer schwerer Krankheit unter meiner Pflege und Verantwortlichkeit gestorben, und ich selbst erkrankte zugleich an Krebs.

¹ Dieser Essay verdankt viel dem Dialog mit Fr. Dr. Heidrun Jaraß, Regensburg, besonders der Unterstützung, die sie mir in der sehr schweren Zeit der furchtbaren Leiden und tödlichen Krankheiten meiner Frau von 2005 bis 2009 fast täglich gab.

Ich bemühe mich, meine eigenen Erlebnisse zu beschreiben, denn meine Beobachtungen bestätigen u.a., was Hr. Wellendorf über die Komplexität der Reaktionen feststellt: daß sie nämlich weit darüber hinausgehen, was Freud mit der Ab- und Auflösung der Bindungen an das verlorene Objekt meinte, aber was er vielmehr dann in seiner eigenen nie aufhörenden Trauer um seine Tochter Sophie und seinen Enkel Heinele durchleben mußte. Ich sah dies zeitlebens in mir selber in meiner nie wirklich aufhörenden Trauer um das im Holocaust Verlorene, obwohl ich keine unmittelbaren persönlichen Verluste erlebte.

Meine Reaktion und Antwort aber auf den akuten Verlust meiner Frau zeigte Aspekte, die darüber hinausgehen, was ich in den psychoanalytischen Schriften antraf, und zugleich möchte ich über tröstliche Seiten der jüdischen Trauerrituale berichten. Zudem glaube ich, daß die folgenden Gedanken eine weitere Gültigkeit besitzen können. Ich arbeite im Moment mit einem halben Dutzend Patienten oder Kollegen, die in jüngster Zeit einen Elternteil verloren haben oder, in einem Fall, einem Freund, dessen Sohn an einem Hirntumor mit sehr schlechter Prognose erkrankt ist. Die Beobachtungen, die ich bei mir selbst mache, sind mir genügend hilfreich in der Psychotherapie und Beratung Anderer, daß ich denke, ich soll sie, so gut ich es im Rahmen gebotener Diskretion zu tun vermag, vorlegen. Dies ist selber eine delikate Gratwanderung: in der Spezifität so rückhaltlos wahrhaftig und authentisch wie möglich zu sein, ohne einem masochistischen Exhibitionismus zu verfallen. Authentizität kann es aber bei einer solchen Untersuchung erst geben, wenn sie mit großer und persönlicher Spezifität durchgeführt wird.

„Im Wesentlichen schreibe ich, um zu verstehen,“ sagt die katalanische Dichterin Maria Barbal (zit. Pere Joan Tous, im Nachwort zu „Inneres Land“, 2008, S. 398 [„País íntim“, 2005]).

Der Abschied

Geschichte von Leiden und Sterben und die Rolle des Mit-Leidens, des Mit-Schmerzes

Meine Frau erkrankte vor Jahren an zunächst fast unmerklich voranschreitenden Symptomen von Verlust des Gedächtnisses und des Urteilsvermögens, Ausdruck der Alzheimerischen Erkrankung, die von ihr bis fast zuletzt vehement verleugnet wurde. Jede Hilfeleistung wurde als Demütigung, als Eindringen in ihren Kompetenzbereich und als Aufdringlichkeit auf's heftigste abgewehrt und die Defizite dem Versagen anderer, namentlich von mir zugeschrieben. Es

Seite -2-

bedeutete einen furchtbaren, mehrere Jahre dauernden Kampf, ihr die während fast fünf Jahrzehnten sehr kompetent durchgeführte Administration meiner Praxis, des Haushaltes und der Steuern zu entwinden, als sie längst schon in bedrohlicher Weise diese nicht mehr auszuführen vermochte. Zudem war es zu mehreren Autounfällen gekommen, zweimal mit Körperverletzung. Dann kam es aber um die Jahreswende 2008 zu einer radikalen Verschlimmerung mit massiver Gewichtsabnahme, sich ins Unerträgliche steigenden Rückenschmerzen und fast völliger Abwehr der Nahrungszufuhr. Es dauerte beinahe drei Monate, bis die von mir von Anfang an vermutete Diagnose des Pankreaskrebses bestätigt werden konnte.

Gegen alle Prognosen eines raschen Ablebens überlebte sie die Stellung der Diagnose um beinahe 15 Monate. Der Kampf für ihr Überleben, den sie und die Familie führten, ging nicht nur gegen die trotz dem Alter von 82 Jahren sehr virulente Erkrankung, und zwar mit erstaunlich wirksamer Chemotherapie, sondern auch immer wieder gegen den massiven Widerstand von Ärzten, die ihr die aktive Behandlung versagen und sie und uns zum Aufgeben veranlassen wollten. Ungefähr 10 mal mußten wir, oft verzweifelt, gegen das Todesurteil anstürmen, bis es anfangs Juni 2009 unmöglich wurde, sie zu retten. Mittlerweile wurde ich im Februar 2009 an Blasenkrebs operiert.

Meine erste und völlig überwältigende Reaktion auf Sterben und Tod bestand nicht im Gefühl des Verlusts, das sonst in den Vordergrund gestellt wird, sondern in dem verzweifelten **Mitleiden** an ihrem furchtbaren Leiden, namentlich gegen das Ende zu, und in der mich oft vehement übermannenden Erinnerung an die Bilder vom blutenden Loch im Bauch, den schrecklichen, auch mit Narkotica nur noch teilweise unterdrückbaren Schmerzen bei jeder Berührung, der Schwäche, die sie immer mehr sprachlos oder doch nicht mehr verstehbar werden ließ und dem zunehmenden Röcheln. Dabei war es eine ganz starke **Identifizierung** mit ihrem Schmerz und Verzweiflung über meine Ohnmacht angesichts ihres Leidens.

Ja, es gab **Schuldgefühle** für das Versagen aller Hilfsbemühungen und mein eigenes Überleben, namentlich auch immer aufdringlicher werdende Schuldgefühle für alle Schmerzen, die ich ihr während 56 Jahren des Zusammenseins zugefügt hatte. Man kann sagen, daß sich bei mir hier ein vereiteltes Allmachtsstreben, also ein narzißtischer Anspruch Geltung verschaffe. Sicher war es gerade ein solcher **Allmachtsanspruch**, der meinen Kampf für ihr Überleben gegen eine meiner Ansicht nach oft schrecklich dehumanisierte Medizin und Gefühllosigkeit begleitete, einen Kampf, in dem ich nicht ganz allein war, sondern von der Familie, von Freunden und von den Pflegerinnen, mehr und mehr auch von einzelnen Ärztinnen und Ärzten unterstützt wurde.

Seite -3-

Nicht jeder solche Allmachtsanspruch ist an sich pathologisch. Die Umstände erlauben ihm, sehr wirksam in der Hilfe an den Anderen zu sein, wenn er nicht durch Verleugnung pervertiert wird. Ich sagte den Ärzten, sowohl denen, die diesen Kampf unterstützten, wie denen, die sich ihm entgegenstellten, ich wolle ihn meinetwegen heroisch, aber nicht närrisch führen, „to act heroically, but not foolishly“.

Wie wir aus analytischer Erfahrung wissen, wird die „Allmacht der Verantwortlichkeit“, die so oft als Antwort auf frühe Traumatisierung vom Kind eingesetzt wird, auch von einem entsprechend durchdringenden, lebenslangen Schuldgefühl begleitet. Ich glaube, daß Agonie und Tod eines geliebten Menschen diesen **Konflikt von Allmacht der Verantwortung, unerbittlicher Wirklichkeit und sich daraus ergebenden Schuldgefühlen** überaus häufig, wengleich sicherlich nicht immer, aktualisiert. Ich werde mehr zum Thema der Schuldgefühle etwas später zu sagen haben.

Dennoch glaube ich nicht, daß sich der Mit-Schmerz, dieses Mit-Leiden, auf Allmacht, Ohnmacht und Schuld zurückführen läßt, sondern auf eine Art Ursolidarität, eine **Urbeziehung mit dem geliebten Du**. Sicherlich läßt sich auch diese Urbeziehung auf die ursprüngliche Bindung an die Allernächsten der frühen Kindheit zurückführen, aber sie ist immer wieder, durch's Leben hindurch, neu und aktuell in einer Beziehung tiefer Liebe, etwa, wie wenn Wellendorf sagt: „Im Trauern zeigt sich die **Treue** zum Objekt über den Verlust hinaus“ (S. 30). Und Beland zitiert (im gleichen Band) Freud aus seinem Brief an Ludwig Binswanger, nach dem Suizid von dessen Sohn, wenn er über den nie verwundenen Verlust der Tochter (und implizit des Enkelkinds) schrieb: „Man weiß, daß die akute Trauer nach einem solchen Verlust ablaufen wird, aber man wird ungetröstet bleiben, nie einen Ersatz finden. Alles, was an die Stelle rückt, und wenn es sie auch ganz ausfüllen sollte, bleibt doch etwas anderes. Und eigentlich ist es recht so. Es ist die einzige Art, die Liebe fortzusetzen, die man ja nicht aufgeben will“ (Beland, S. 245).

Wie ich im Zusammenhang mit der Eifersuchtsarbeit betont habe, muß eine solche Treue keineswegs ausschließlich sein: wir vermögen mehrere Menschen zugleich zutiefst zu lieben und ihnen treu zu sein. Im Gegenteil kann die Liebe zu einem Menschen die Liebe und Innigkeit in der Beziehung zu einem Anderen vertiefen. Die Liebe ist kein Kuchen, der geringer wird, wenn man ihn teilt, sondern, wie es der Kabbalist Abi Zimra vor 400 Jahre sagte, wie eine Kerze, die andere Kerzen anzündet, ohne in ihrer eigenen Leuchtkraft vermindert zu werden. Es ist der

Seite -4-

Gegensatz von einem konkretistischen Erleben von Gefühlen und einem, das symbolisch, mentalisiert, ist.

Diese tiefe Bindung und Ursolidarität im „Mit-Leiden“, der „condolentia,“ hatte viel nicht nur mit dem sich gegenwärtig abspielenden geteilten Trauma zu tun, sondern der Anfangsgeschichte unserer Beziehung: Zdenka setzte als junge Frau ihr Leben auf's Spiel im Kampf erst gegen die Nazis und dann die Kommunisten. Zehn Jahre lang wußte ihre Familie nicht, ob sie die Flucht aus der Tschechoslowakei überlebt hatte. Ein guter Teil ihrer Identität bestand im trotzigem Stand gegen Unrecht, Demütigung und Unwahrhaftigkeit, was indes später unsere Beziehung oft sehr schwierig machte. Sie war sehr scheu und verschlossen und sprach kaum je über Gefühle, war aber eine ungewöhnlich gute Mutter, die alles und immer für ihre Kinder tat, und eine überaus tüchtige, gewissenhafte, fleißige und sparsame Hausfrau, die sich selber nur zu wenig gönnte oder für sich beanspruchte. Doch der Schatten schwerer Traumatisierung hing über ihrem Dasein, und Ressentiment schlummerte unter der Oberfläche. Über die Parallelität zu meinem Leben habe ich in anderen Zusammenhängen berichtet.

Vielfalt der Schuldproblematik, Bedauern und zerbrochene Wirklichkeit

Zurück zu meinem Erleben: Keineswegs lassen sich die Schuldgefühle auf jene vereitelte Allmacht der Verantwortlichkeit reduzieren. Jeder analytisch Angehauchte würde sofort auf verdrängte oder auch nicht so unbewußte **Todeswünsche** gegen die Verstorbene hinweisen und den intensiven Mit-Schmerz als Reaktionsbildung gegen diese Mordphantasien verstehen (und, wie schon erwähnt, gegen alles tatsächlich zugefügte Leid). Dieser Zusammenhang ist mir teilweise wohl bewußt, teilweise zumindest intellektuell erfaßbar. Solche Todeswünsche stießen immer wieder, während einer langen, mehr als ein halbes Jahrhundert überdauernden, oft konflikthaften, stark von beiderseitigen Traumatisierungen belasteten Ehe empor und waren oft durchaus bewußt, wenngleich zumeist unterdrückt.

Viel mehr an der Oberfläche sind aber die Gefühle tiefsten und fast unaufhebbaren **Bedauerns** über all das jahrzehntelang in gegenseitigem Verstehen Versäumte. Schuldgefühle wie Gefühle des unwiderbringlichen Verlorenseins spielen beide bei diesem Bedauern eine bedeutsame Rolle. Ob es sich darauf reduzieren läßt, kann ich noch nicht sagen; ich glaube es aber nicht. Enttäuschung und tiefe Scham spielen sicherlich dabei wesentlich mit, auf beiden Seiten.

Bei fast allen Trauernden habe ich dieses tiefe Bedauern über das Versäumte festgestellt (s. z.B. Joan Didion, 2005). „Warum habe ich keinen Kontakt aufrechterhalten?“ sagte mein jüngster Sohn, als sein Jugendfreund völlig unerwartet tot im Bett aufgefunden wurde. „Warum habe ich meiner alten Tante in den letzten Wochen nicht mehr telephonierte?“ fragte meine Schwiegertochter - all dies einige Tage nach dem Tod meiner Frau. Und ich quälte mich: „Warum habe ich mich nicht mehr darum bemüht, Verstehen und Versöhnung zu suchen?“

Ein Teil der Verleugnungs- und Vergessensstrategie gegen Kummer, Hilflosigkeit und Schwäche (und Wellendorf weist kurz darauf hin, ebenso eindrücklich V. Kast, 1982, 2006) besteht in **Zorn und Wut**. Ich beobachte dies bei Anderen, gerade auch Patienten, wie mir selbst. Wo es mir am stärksten auffiel, war bei unserer ältesten Enkelin, Serena. Schon während des allmählichen Zerfalls hielt sie sich bei den Besuchen stark im Hintergrund und scheute vor Berührung der Großmutter zurück. Sie war bis kurz vor dem Hinschied und dann auch bei der Beerdigung zugegen, war unruhig, ja ausgelassen bei der Abdankungsfeier, und in den Wochen danach wurde sie wegen ihrer Zornesausbrüche in der Schule so auffällig, daß man Psychotherapie empfahl. Ich denke, es ist bei ihr am ehesten Abwehr von Trauer und Angst durch Wendung vom Passiven ins Aktive, was vielleicht manche eine manische Abwehr nennen möchten. Was wie ein Mangel an Empathie und Reue erscheint, würde ich eher als einen Schutz gegen jene überwältigenden Gefühle verstehen, letztlich gegen die der Trennung.

Doch zurück zur Komplexität der Schuldthematik:

Ich beschreibe einen Zwischenfall, der in konzentrierter Form die Problematik darstellt. Am 13. Mai kam ich schon aufgeregter aus der Praxis nach Hause, da Infektionen bei mir die weitere Krebsbehandlung blockierten. Die Pflegerin ging sogleich für 2 Stunden einkaufen, während Zdenka eben auf den Nachtstuhl gegangen war. Ich bot ihr wieder und wieder meine Hilfe an, und sie wies sie ärgerlich ab. Erst nach 7 Uhr liess sie sie zu. Wie ich ihr dabei behilflich sein wollte, ins Bett zu gehen, stürzte sie vom Bettrand schwer auf den Boden. Ich hoffte, dass sie sich bei dem Sturz nicht verletzt habe, besonders bei der langen Prothrombinzeit. Ich dachte, ich werde verrückt. Alles wirbelte so durcheinander, und ich war so überfordert.

In meiner Erinnerung läßt mich diese Szene nicht mehr los, da zwei Tage danach die Gastrostomiesonde herausfiel, das Blut herausquoll, massive Sepsis einsetzte und in einer Kaskade der Komplikationen der Sterbeprozess unaufhaltsam wurde: **Mit diesem Sturz begann der Absturz in den Tod**. Waren es meine eigene Ungeduld, mein eigener Ärger, besonders auf die Pflegerin, aber wohl auch meine eigenen unterdrückten, stark abgewehrten Todeswünsche

Seite -6-

gegen Zdenka und mich selber gewesen, die die Schlußkatastrophe herbei geführt haben? Diese Frage verfolgt mich in den Schlaf hinein, und immer wieder träume ich von Wiedergutmachung durch Wiedereinsetzen von Sonden oder Wiederbelebung der schon Verstorbenen (selbst heute noch oft, April, 2010).

Eine Nacht lag ich lange wach mit der furchtbaren Angst, daß Zdenka scheinot gewesen und lebendig begraben worden sein könnte. In der Tat war kein Arzt gekommen, um den Tod zu bestätigen, und die diensthabende Heimhospizschwester weigerte sich, den längeren Weg in der Mitte der Nacht zu uns zu machen. Wir mußten den Notdienst der Polizei zur Verifizierung herbeirufen. Was mich aber in meiner späteren Reaktion verblüffte, war die **Verdoppelung der Wirklichkeit**: Ich wußte mit meiner Vernunft, daß Zdenka wirklich tot war. Ich selber hatte mit dem Stethoskop weder Herzschlag noch Atmen feststellen können. 12 Stunden später, unmittelbar vor dem Begräbnis, hatte ich sie auf die eiskalte Stirne geküßt. Und doch hatte ich die quälende, mich wach haltende Angst, daß sie doch nur scheinot gewesen sein könnte. Auch hier, in dieser doppelten Wirklichkeit, einer Art Spaltung und Dissoziation lebte verborgen sowohl der Wunsch der Wiedergutmachung und der Tilgung der eigenen Schuld weiter wie auch eine neue, viel gewaltigere Schuld: „Ich habe es zugelassen, daß eine Lebende in verschlossenem Sarg unter der Erde liegt“. Selbst ohne psychotisch zu sein, gibt es eine solche Macht der Verleugnung, begleitet von der Anerkennung der Wirklichkeit, was Freud ja als Spaltung des Ichs im eigentlichen Sinne bezeichnet hatte.

Wie verstehe ich diese Verdoppelung? Die erste und einfachere Antwort ist: Diese Dissoziation und damit die Realitätsspaltung ist Ausdruck der versuchten Verleugnung eines großen und sich immer wiederholenden, doch sich unaufhaltsam verstärkenden Traumas - eines Traumas, das in meinem Innern unaufhörlich an die meine Jugend begleitenden Traumata des Holocaust erinnert: die Verwandlung der lebenden Person in ein Ding.

Überichspaltung

Doch frage ich mich, auf Grund meiner klinischen Erfahrung, ob ich diese doppelte Wirklichkeit nicht auch als eine Art **Überichspaltung** verstehen könnte. Ganz klar ist mir dies noch nicht: Ungültigmachen der einen Schuld (Verursachung des Sturzes) und Bestrafung für eine noch viel größere (sie nicht vor dem Lebendigbegrabenwerden zu schützen)?

Eine Überichspaltung bestand sicherlich darin, daß es für mich ein absolutes Gebot war, ihr Leben so lange zu schützen, wie es möglich war. Ich fühlte mich in ihrer äußersten Hilflosigkeit, ihrem totalen Ausgeliefertsein, völlig für sie verantwortlich: für ihr Leben wie auch dafür, daß sie so wenig Schmerzen und Leiden zu erdulden hatte wie möglich. Es bestand kein Zweifel, daß wir, meine Familie und mehrere Ärzte, entgegen jener falschen Dichotomie von aktiver/ aggressiver Krankheitsbehandlung gegenüber Schmerzlinderung („comfort“) meiner Frau ein Jahr wertvollen Lebens mit sehr viel schönen Momenten, der Geburt ihres 6. Enkelkinds, von Familienfeiern, sogar ein paar kleineren Spaziergängen ermöglichten, nachdem sie wieder und wieder als hoffnungslos abgeschrieben worden war und uns dringlichst von weiterer Chemotherapie, ja Antibiotica abgeraten worden war - „lebensunwertes Leben“.

Selbst diese zwei Werte: **Lebenserhaltung und Dämpfen des Leidens** konnten in Konflikt miteinander treten, eben in dem, was ich gerade als falsche Dichotomie bezeichnet habe. Nicht immer können sie miteinander versöhnt werden. Dieser Konflikt wurde, wie ich schilderte, massiv dadurch verstärkt, daß es immer wieder diese Forderung von der Umwelt her gab, sie nur noch palliativ zu behandeln; es sei unmenschlich, sie aktiv, z.B. mit Chemotherapie oder operativen Eingriffen anzugehen. Warum ich ihr nicht so viel Leiden und Schmerz erspare und sie in's Hospiz sende? Immer wieder, für 15 Monate: Hospiz, Hospiz, Hospiz. Verhüllt hinter diesem Ansinnen waren sicherlich ökonomische Gründe, und sie wurde immer wieder schwerst krank aus dem Spital entlassen. Die Medicare würde nicht mehr für sie aufkommen. Doch der ökonomische Beweggrund wurde immer wieder moralisch verbrämt und das Dilemma damit zum Überichkonflikt erhoben. Ich wußte oft nicht, was ich tun sollte: z.B. gegen das Ende zu, auf eine Laparoskopie zu dringen und die wahrscheinliche Darmperforation und die Darmvenenthrombose aktiv zu behandeln oder dem Schicksal den Lauf zu lassen? Es ist ein Dilemma, das mich bis heute verfolgt: ein furchtbarer Überichkonflikt. Ich bin jetzt sicher, daß es diese Überichspaltung war, die auch bei mir die Spaltung des Wirklichkeitserlebens erzeugte.

Es stellen sich für mich als Arzt auch sehr schmerzliche Fragen über die **Entmenschlichung der Medizin**. Es ist mehr und mehr eine Allmacht des Technischen und eine Ohnmacht des Menschlichen. Es ist wiederum etwas, das nicht nur ich jetzt erlebt habe, sondern was ich von Patienten und Freunden sowohl hier wie in Europa erfahre. Aus ökonomischen Gründen hat sich oft die Pflege in den Spitälern sehr verschlechtert. Bürokratische Bestimmungen entscheiden über Leben und Tod. Wäre ich nicht selber Arzt, hätte ich mich der Autorität des Systems eher unterwerfen müssen. Wer wäre denn der Anwalt des Patient, wenn der Arzt immer mehr zum

Vertreter anderer Interessen wird? Ist dies nicht ein ganz großes ethisches und psychologisches Problem, das den ganzen Trauerprozeß heute entscheidend mitbestimmt?

Selbst dieser innere und noch viel mehr äußere Konflikt kann freilich auch unter einer weiteren Perspektive betrachtet werden. Es wird heute, gerade im Zusammenhang mit der „health care reform“, insbesondere den immer gewaltigeren Kosten des Gesundheitswesens, stetsfort betont, wie die Pflege und medizinischen Leistungen für die Alten das Medicare-System und damit den Staat überhaupt in den Bankrott treiben. Sollte nicht die Pflege rationiert werden, wie dies schon manchenorts geschehe? „Why we must ration health care,“ überschreibt der Bioethiker Peter Singer einen Artikel im New York Times Magazine (19. Juli, 2009, S. 38 - 43). Jemand, der wie Zdenka dement sei und unter fortschreitendem Alzheimer schon ohnehin dahinsieble und dazu eine unheilbare, dem Tod entgegen eilende Krebserkrankung habe, solle in Ruhe gelassen, nicht mehr behandelt werden, außer daß man sie so komfortabel wie möglich sterben lassen sollte. Das Wohl des Einzelnen solle dem Gemeinwohl untergeordnet werden.

Damit nähern wir uns allerdings dem Thema des lebensunwerten Lebens, was in verbrämter Form mir in meinem verzweifelten Kampf um Zdenkas Leben nahegelegt wurde, Fragen, die auch nach ihrem Tod weiter an meinem Gewissen nagen.

Es ist sicher wahr, daß die Alzheimersche Krankheit einen langen Prozeß der Persönlichkeitszerstörung bewirkte. In dem Sinn waren Verlust und Abschied ein sehr lange währendes Erlebnis. Doch Kerne ihrer Menschlichkeit, ihrer Persönlichkeit blieben bis zum Schluß erhalten und riefen danach, liebevoll beschützt zu werden, genau wie es bei einem kleinen Kind der Fall wäre, das völlig auf unseren Schutz angewiesen ist. Und bis fast zuletzt wünschte sie, weiter um ihr Leben zu kämpfen: im Kern war und blieb sie eine Kämpferin, die nicht aufgab.

Sie hatte einige Monate vor dem Ende einen Traum, den ich jetzt aus meiner Erinnerung rekonstruiere: Verfolgt von einem Bären kämpfte sie sich durch immer tiefer werdenden Schnee, um zu einer Blockhütte zu gelangen und die Kinder dort zu retten. Der Schnee reichte ihr schließlich bis an den Hals. Sie wußte nicht, ob sie es noch schaffe.

Zwei Wochen vor ihrem Tod hielt sie die kleinste Enkelin in ihren Armen und antwortete auf ihr Wimmern: „Wir haben noch nicht viel Gelegenheit gehabt, einander kennen zu lernen, nicht wahr?“

Vergessen durch Verleugnung

Ich kehre zurück zu meinem Erleben der zerbrochenen Wirklichkeit. Zu der Überichspaltung kommt aber etwas Einfacheres: die **Verleugnung** (also eine Form des Vergessens) nicht nur der Traumata, sondern der **vielen Schichten der Schuldgefühle**: für das Ungelebte, Ungesagte, Ungeliebte in Jahrzehnten der Beziehung, für die jetzt zumeist unbewußten, doch früher oft ins Bewußtsein eindringenden Todeswünsche, für das Versagen angesichts der Allmacht der Verantwortlichkeit: ihr Leben so lange und so menschenwürdig es menschlich möglich war, zu beschützen. Die Angst vor dem lebendigen Begrabensein, die in meine Kindheit zurückreicht, ist eine Urangst in mir, die jetzt von meinem inneren Richter in dieser doppelten Form neubelebt wird: daß dieses Schicksal jetzt Zdenka getroffen habe und auch mich dereinst treffen werde.

Bei mehreren meiner Patienten bin ich frappiert durch die massive Verleugnung des Todes ihrer Nächsten: Das Ereignis des Todes (von Mutter oder Vater) ist wie ausgespart aus dem Fluß des Erzählens in der Psychotherapie. In einem Fall wird der Affekt von Trauer und die Angst vor dem Verlust ganz auf mich, wegen meiner Krebserkrankung, verschoben und der gleichzeitige unerwartete Tod der Mutter kaum erwähnt. Diese „Kunst des Vergessens“ ist, scheint mir, von fragwürdigem Wert. Doch mein Versuch, daran zu rütteln, ist bislang gescheitert. Es ist übrigens ein anderes Beispiel dafür, zu welchem Ausmaß die Übertragung der Abwehr gegen die Aktualität außerhalb dienen kann.

In milderer Form habe ich jene doppelte Wirklichkeit seit Zdenkas Tod, obgleich nur in kurzen Momenten, mehrfach erlebt: daß sie wirklich nicht tot sei, daß, wie es die Sage weiß, ihre Seele in den sieben Tagen der tiefen Trauer die vertrauten Räume, die Gegenwart der Nächsten, noch nicht verlassen habe. Mir ist das Symbolische dieses Mythos bewußt, aber ihn als konkret zu begreifen huscht durch mein Erleben.

Dies bringt mich nun aber zu meinem zweiten Hauptthema: der seelischen Bedeutung, die die jüdischen Trauerriten für mich hatten. Diese Wirkung war unerwartet stark und tief und andauernd.

Zur Kultur des Erinnerns und Verzeihens

Nach Ablauf der ersten 12 Monate der Trauer soll man den Namen des toten Vaters oder der toten Mutter mit dem Segensspruch begleiten: „Möge die Erinnerung an ihn oder sie ein Segen sein für die kommende Welt“ (Wieseltier, S. XI).

Ich habe anderswo mehrmals darüber gesprochen, wie das Judentum sehr stark eine Kultur und Religion der Erinnerung und zugleich aber auch eine ist, in der die Verzeihung zwischen Mensch und Mensch und zugleich zwischen Mensch und Gott eine entscheidend große Rolle spielt. Das Gebot „*Zachor*“, „erinnere dich“, geht durch die Bibel und die Liturgie. „In der jüdischen Geschichte ist das Schreiben oft eine Form von Rettung,“ sagt Wieseltier (p. 513).

Und sie ist eine Kultur des Lehrens und Lernens als Gegenmacht zum Tod. Ich zitiere aus dem Buch von Wieseltier: „In der Weisheit des Ben Sira: ‚Der Mann, der seinen Sohn lehrt, wird seinen Feind eifersüchtig machen und ihn vor seinen Freunden übertreffen. Wenn sein Vater stirbt, ist es, als wäre er nicht tot, denn er hinterläßt jemanden, der wie er selbst ist.‘ Und ich [Wieseltier] fand denselben Gedanken im rabbinischen Kanon: ‚Wer seinen Sohn arbeiten läßt an der Thora, es ist, als ob er nicht stürbe.‘“ Wieseltier kritisiert dieses völlige Aufgehen des Sohns im Vater und die Verleugnung des Todes, die sich darin kundtut, und die Gegenbehauptung stimme auch: „Wer genau so lebt wie sein Vater, ist, als ob er nicht lebte“ (S. 198/199). Und doch: „Haltet fest an der Thora, denn sie ist ein Lebensbaum,“ heißt es in der Liturgie.

Nach jüdischem Gesetz steht die Verpflichtung, seinen Lehrer zu ehren, noch höher als die Pflicht, Vater und Mutter zu ehren (Wieseltier, S. 254).

Gedanken zum Schiv'a-Sitzen

Einige Tage vor dem Tod meiner Frau besuchte uns der Rabbiner des Home hospice und sprach nach längerem Dialog über Sterben und Transzendenz das hebräische Gebet vor dem Sterben, mit dem „*Widduj*“, dem Sündenbekenntnis, während ich Zdenkas Hand in der meinen hielt. „Wenn dein Urteil ist, mich kommen zu lassen unter die Schatten deiner Flügel, hülle meine Seele ein in den Mantel, die Tallit, von Licht.“

Bekanntlich soll die Leiche nach jüdischem Gesetz innert 24 Stunden bestattet und in der Zwischenzeit immer bewacht werden. Dieser Begleiter (*shomer*, Wächter) bleibt bei ihr im Gebet, damit der Körper und die Restseele nie allein gelassen werde, sondern mit der Gemeinschaft verbunden bleibe. Bei uns waren es weniger als 12 Stunden, als wir uns in der Kapelle in ganz kleiner Gemeinde versammelten. Kurz davor fand die „*Kria*“, das Schneiden und Einreißen unserer Kleidung statt. Der Rabbiner gab eine Zusammenfassung des Lebens und sang die Gebete, und dann sprachen alle 3 Söhne in zutiefst ergreifender Weise über ihre Mutter, und ich fügte Worte des Dankes an Zdenka bei. Dann fuhren wir in ganz kleiner Kolonne auf den recht weit auf dem Lande entfernten Friedhof. Geführt vom Rabbiner trugen wir vier den aus schlichtem Tannenholz gefertigten Sarg vom Wagen. Dreimal hielt der Rabbiner die Prozession schweigend kurz an, um den Stillstand der Zeit, v.a. um die Verzögerung des Abschieds und die Ehrung der Toten zu bezeugen. Am offenen Grab sprachen wir vier ein verlängertes Kaddisch, das Totengebet, das nichts anderes als eine aramäisch verfaßte Lobpreisung Gottes und Wunsch für Frieden und Verzeihung ist. Zuerst warf dann der Rabbiner mit verkehrter Schaufel die ersten Schollen ins Grab, verkehrt wiederum aus dem gleichen Grund, keine Eile zu bezeugen, und dann schaufelten wir Angehörige und Freunde das Grab zu. Freunde blieben dort, bis das Grab versiegelt war.

Fast unmittelbar nach der Beerdigung begann die 7 Tage währende Periode des *Schiv'a*-Sitzens. *Schiv'a* ist die Zahl sieben. Die biblische Basis dafür wird in der Trauerzeit von sieben Tagen gesehen, die Joseph für seinen Vater Jakob beobachtete: *evel shiv'at yamim* (Genesis, 50.10) (Wieseltier, S. 365). Wir hielten dies 5 Tage lang bei meinem mittleren Sohn. Am Schabbat, dem Tag der Freude, wird das Trauern unterbrochen. Am 7. und letzten Tag war ich bei meinem jüngsten Sohn in einem Vorort von New York. Während dieser 7 Tage soll man sich nicht rasieren oder schön machen oder besonders pflegen. Die unmittelbaren Angehörigen sitzen während mehrerer Stunden jeden Tag auf niedrigen Stühlen, und Freunde kommen auf Besuch. Sie bringen gewöhnlich Lebensmittel, die „*se'uda havra'ah*“, die „Mahlzeit der Heilung“ oder Genesung. Die unmittelbar von der Trauer Betroffenen sollen zumindest am ersten Tag oder in den ersten Tagen sich keine Speise zubereiten müssen.

Was mich persönlich beeindruckte, war die Sitte, daß die Gespräche der Erinnerung an die Toten gelten sollen, und zwar geführt, in echtem Dialog, von den unmittelbar Trauernden. Manche Besucher blieben mehrere Stunden, andere weniger lang, aber es waren v.a. die Söhne, die eingehend zum Leben ihrer Mutter befragt wurden und ihre ja sehr inhalts- und ideenreiche, schicksalsschwere Geschichte und die Komplexität ihrer Persönlichkeit darstellten. Ich war

Seite -12-

überrascht und auch erschüttert, von Seiten meiner Frau zu hören, die mir fast ganz unbekannt gewesen waren: ihre künstlerische Fähigkeit im Dienst ihrer Kinder, ihre unerschöpfliche, doch zumeist stille Hilfe in Rat und Tat, ihr mir völlig unbekannter Ruf als eine Heldin im Widerstand und prominente Vorkämpferin für Recht und Freiheit vor ihrer Flucht, von dem einer der Söhne zufällig erfahren hatte. Die Diskussionen reichten weit in Vergangenheits- und Gegenwartsgeschichte, um so mehr, da manche der Freunde selber bedeutende Stellungen innehatten oder innehaben. Die Gespräche wurden jeweils unterbrochen für das Nachmittags- und Abendgebet, wiederum beendet mit dem Kaddisch der Trauernden.

Eine der Ideen ist, daß die Seele erst allmählich, Stufe für Stufe, das Irdische verlasse, und daß wir ihr dabei helfen.

Jeden Morgen begaben sich meine Söhne in Gemeinschaften von wenigstens zehn Betenden, einem *Minjan*, um dort das Kaddisch zu sprechen, denn auch dieses soll nur in solcher Gemeinschaft gesagt werden. Auch darin ist diese wieder das Tragende, und diese nimmt es auf sich, daß immer zumindest Zehn da seien (bei Orthodoxen mindestes 10 Männer, sonst auch Frauen). All dies wirkt sehr stark dem Gefühl des Verlassenseins und der Hilflosigkeit entgegen.

Das Ritual schaffe Zeit und Raum dafür, zu unserer Verwundung und menschlichen Schwäche zu stehen, teilt mir mein Sohn David mit. Die Gemeinschaft verleihe uns eine Ersatz-Vollständigkeit und den Trost, nicht mehr so alleine zu sein. „Trauern ist also Erinnern, Dialog führen, sich auseinandersetzen, möglichst in der Gemeinschaft“ (Friedrich Markert).

Verena Kast unterscheidet entsprechend vier Phasen des Trauerprozesses: 1. Verleugnung, 2. aufbrechende Emotionen, 3. Suchen und Sichtrennen, und 4. neuer Selbst- und Weltbezug.

Die Zeit anzuhalten

Doch nun einige psychoanalytische Gedanken dazu. Das gemeinsame Sicherinnern an die Persönlichkeit, das ehrende Interesse an ihr, besaß sowohl eine stark aufwühlende wie eine unglaublich und andauernd tröstende Wirkung. Die Vorstellungen vom Tod variieren im Judentum sehr weit. Eine Deutung der Schiv'azeit ist, daß die Seele der Verstorbenen in diesen Tagen noch unter den Lebenden weile, also mitanwesend sei. Metaphorisch, also symbolisch ist dies ja sehr wohl nachvollziehbar: im Dialog lebt der Andere weiter, wie es ja auch Lao Tse

Seite -13-

sagte: „Erinnert zu werden – ist das nicht wahre Unsterblichkeit?“ Eine andere Deutung ist, daß die Seele in diesen 7 Tagen den Verlust ihres Körpers und ihrer Nächsten betraueren, und wir mit ihrer Trauer solidarisch sind: wir identifizieren uns mit ihrem Verlust. Man ist dabei ganz stark **eingebunden in die Gemeinschaft**. Geteiltes Leid ist halbes Leid, wie wir wissen. Ein aramäisches Wort im Talmud bezeugt es: *O chevruta o mituta* – entweder Gemeinschaft oder Tod.

[Das Wort stammt von der wunderlichen Legende von Choni ha Ma'agal (dem Zirkelzeichner) (Ta'anith, 23 a). Bei einer großen Dürre flehte er Gott um Regen an. Als sein Gebet nicht erhört wurde, zeichnete er einen Kreis in die Erde, stellte sich hinein und gelobte, er werde ihn nicht verlassen, bis ihn Gott erhöere. Der Regen kam. Zuerst war er leicht, Choni bat für mehr, dann war er zu heftig, schließlich war er genug. Jedes Mal wurde sein Gebet erhört; das Volk ertrage weder zuviel des Guten noch ein Zuviel an Bestrafung. Daraufhin sandte ihm Rabbi Schim'on ben Shetach eine Botschaft, des Inhalts, daß er, Choni, sich wie ein verwöhntes Kind vor seinem Vater verhalten habe. Doch das Synhedrion ließ ihn wissen: "Den Demütigen rettet Gott. Du hast durch dein Gebet ein Geschlecht gerettet, das durch Sünde gedemütigt ist... Du hast gewirkt dank der Reinheit deiner Hände."

Choni grübelte über den Sinn des 126. Psalms nach: "Als der Herr wandte Zions Geschick, da waren wir wie Träumende." Ist es möglich, daß ein Mensch ununterbrochen 70 Jahre lang träumen könne? Eines Tages sah er einen Mann einen Karobbaum pflanzen. Er fragte ihn: "Wie lange dauert es, bis er Früchte trägt?" 70 Jahre. "Weißt du, ob du so lange lebst?" Ich fand Karobäume in der Welt. Wie meine Ahnen die für mich pflanzten, so pflanze ich diese für meine Kinder.

Choni setzte sich nieder um zu essen, und der Schlaf übermannte ihn. Während er schlief, umschloß ihn eine Felsbildung und verhüllte ihn, und er schlief 70 Jahre. Als er erwachte, sah er einen Mann, der die Frucht des Baumes sammelte. "Bist du der, der ihn gepflanzt?" Ich bin sein Enkel. "Es ist klar, ich muß 70 Jahre geschlafen haben!" rief er aus. Er kehrte nach Hause zurück und fragte: "Ist Choni der Zirkelzeichner noch am Leben." Die Leute antworteten: "Sein Sohn ist gestorben, aber sein Enkel ist noch am Leben." Da sagte er ihnen: "Ich bin Choni der Zirkelzeichner." Doch niemand wollte ihm Glauben schenken. Er begab sich ins Gebethaus, und dort hörte er, wie die Gelehrten sagten, es sei so klar für sie wie zur Zeit von Choni; denn er hatte alle Schwierigkeiten jeweils für sie gelöst. Da rief er aus: "Ich bin es – Ana neihu!" Doch die Gelehrten wollten ihm nicht glauben, und sie verweigerten ihm die ihm gebührende Ehre. Das

Seite -14-

schmerzte ihn tief; er bat um seinen Tod, und er verschied. Raba sagte: "Daher kommt der Spruch: **Entweder Gemeinschaft oder Tod - o chevruta o mituta.**"

Diese Erzählung kann mehrfach metaphorisch gedeutet werden, aber die hauptsächliche Bedeutung ist natürlich, daß das Leben ohne Ehre und Respekt nicht mehr möglich ist. Es ist die tödliche Niederlage der umfassenden Beschämung: der Personhaftigkeit, der inneren wie der äußeren Identität verlustig zu gehen. Oder aber noch tiefer: daß man ohne innige Gemeinschaft und Liebe des Todes ist, damit auch einen Hauptgedanke bei schwerer Trauer ausdrückt. Liebe ist innige Verbundenheit, ist völlig offene, rückhaltlose Nähe und das Glück des anderen Menschen als mindestens ebenso wichtig zu erleben wie das eigene.]

Mehrere der Riten bekunden, wie bei Choni, das **Stillestehen der Zeit**, wie ja jetzt die Zeit für die Tote aufgehört hat: das Nichtrasieren, sich nicht um die Speisen zu kümmern, der haltende Schritt bei der Leichenprozession, ja, das Verweilen im Gespräch beim Leben der Toten. Ein Kennzeichen ist das Aufhören: daß man die täglichen Aufgaben unterbricht für diese Zeit. Nach dem Tod, aber vor dem Begräbnis werden selbst die regelmäßigen Gebete und die Segenssprüche unterlassen. Sogar am Tag darauf werden keine *Tefillin*, die Gebetriemen gelegt. Die Spiegel werden verdeckt (s.u.). Die Zeit stoppt für eine Woche; man solle nichts Aktives tun, doch mit einer allmählichen Rückkehr zur Normalität. Daß man nahe am Erdboden sitzt und daß Jacke und Hemd zerrissen werden, ist wie eine Solidarisierung mit der Toten, die ja nun der Zerstörung und dem Zerfall anheim gegeben ist. All dies zusammengenommen scheint mir sehr gut zur Abwehr der **Wendung vom Passiven ins Aktive** zu passen, und zwar gegenüber dem **Trauma des Todes**, und zugleich der **Identifizierung in wählender Liebe** mit der Dahingegangenen.

Es besteht auch die Sitte, daß man am Ende des Schiv'a-Sitzens durch das Trauerhaus wandre und dann die Seele auf ihren Weg hinaus geleite.

Wieseltier greift ein Wort des mittelalterlichen Gelehrten HaMe'iri (Provence, 14. Jh.) zur Versuchung der Totalität und Absolutheit im Affekt der Trauer auf: „Wenn man glücklich ist, soll man sich der Zeiten des Schmerzes erinnern,“ und so sei es umgekehrt zur Zeit des Trauerns. „Gut und Schlecht sind zwei Punkte auf einer Linie.“ Wieseltier fährt fort: „Gibt es eine mehr umfassende (totalizing) Emotion als das Gefühl des Kummers? Es erkennt nichts als seinen Gegenstand und das All, das ihm seinen Gegenstand weggenommen hat. Es betrachtet die Welt vom Standpunkt seiner Wunde, und es vereinfacht sie dadurch.. Und hier ist HaMe'iri mit

Seite -15-

einem Wort der Mahnung: Trauernder! Nimm nicht eine Jahreszeit für ein Gesetz!“ (S. 228/229).

[Mehr zur „Mahlzeit der Heilung“, zum Thema der ausgleichenden Gerechtigkeit, zum Kaddisch und dem Verzeihen.

Es gibt interessante, auf die Macht der Metaphern hinweisende Traditionen für das Mahl des Heilens: dass die erste Trauermahlzeit aus Linsen oder Eiern bestehen solle. Warum? Weil beide „keinen Mund“, keine Spalte haben, so wie der Trauernde stumm ist, denn er nimmt schweigend das Urteil des Himmels hin, und weil sie rund sind, wie das Schicksal, „das drehende Rad der Welt“, und wie die Trauer alle Lebenden umkreist (Wieseltier, S. 312 - 317). Das Linsengericht, das Jakob für seinen Vater Isaak zubereitete und das dann sein Bruder Esau mit seinem Erstgeburtsrecht erkaufte, sei das Trostgericht anlässlich des Todes von Abraham, seinem Grossvater gewesen. So haben Linsen und Eier die Macht des Tröstens. Diese Sitte war mir unbekannt gewesen, ehe ich das Buch „Kaddish“ las. Sie spielte keine Rolle bei uns.

Aber Wieseltier berichtet mehr zur sozialen Gerechtigkeit während der Trauerritualien, und zwar zitiert er aus dem Talmud: „Die Reichen pflegten Nahrung in Körben von Silber und Gold ins Trauerhaus zu bringen, die Armen aber in Körben aus geschälten Weidenzweigen. Die Armen schämten sich, und so verordneten die Rabbiner, dass jeder die Nahrungsmittel in Körben aus geschälten Weidenzweigen bringen sollte, aus Respekt für die Armen. Die Reichen pflegten Getränke aus weissen Glasgefässen im Trauerhaus auszuschenken, die Armen aber aus farbigen Glasgefässen. Die Armen schämten sich, und so verordneten die Rabbiner, dass jeder die Getränke aus farbigen Glasgefässen ausschenken sollte, aus Respekt für die Armen. Die Reichen pflegten in ihrer Trauer ihr Gesicht zu enthüllen, während die Armen es verhüllten, denn ihr Gesicht war geschwärzt von Jahren der Arbeit im Freien. Die Armen schämten sich, und so verordneten die Rabbiner, dass jeder sein Gesicht verhüllen sollte, aus Respekt für die Armen. Die Reichen pflegten in einem grossen Bett zur Bestattung getragen zu werden, und die Armen in einer Kiste. Die Armen schämten sich, und so verordneten die Rabbiner, dass jeder zum Begräbnis in einer Kiste getragen werden sollte“ (S. 316/317).

Nun zum Ursprung des Kaddisch, so wie es im sog. Machzor Vitry, dem Gebetbuch aus dieser Stadt im 11. Jahrhundert (Wieseltier, S. 41 - 43) steht: „Eine Geschichte von Rabbi Akiva (dem grossen Gelehrten des ersten und zweiten Jahrhunderts). Er wanderte in einem Friedhof bei der

Seite -16-

Strasse und begegnete da einem nackten Mann, der ganz schwarz wie Kohle war und eine grosse Holzlast auf seinem Kopf trug. Er schien am Leben zu sein und rannte unter der Last wie ein Pferd. Rabbi Akiva befahl ihm anzuhalten und fragte ihn: ‚Wie kommt es, dass ein Mensch so schwer arbeitet? Wenn du ein Sklave bist und dein Meister dir dies antut, dann werde ich dich von ihm loskaufen. Wenn du arm bist und die Leute meiden dich, dann werde ich dir Geld geben.‘ ‚Bitte, Herr,‘ erwiderte der Mann, ‚bitte, halt mich nicht auf, denn meine Vorgesetzten werden wütend sein auf mich‘ ‚Wer bist du denn?‘ fragte Rabbi Akiva, ‚und was hast du getan?‘ The Mann antwortete: ‚Der, mit dem du sprichst, ist ein Toter. Jeden Tag schickt man mich, Holz zu spalten.‘ ‚Mein Sohn, was war deine Arbeit in der Welt, von der du kamest?‘ ‚Ich war ein Steuereinzahler, und ich begünstigte die Reichen und tötete die Armen.‘ ‚Haben deine Vorgesetzten nichts darüber gesagt, wie du deine Umstände erleichtern könntest?‘ ‚Bitte, Herr, halt mich nicht auf, denn du wirst meine Quäler ärgern. Für einen Menschen wie mich kann es keine Erleichterung geben. Obwohl ich hörte, dass man etwas sagte - aber nein, dies ist unmöglich. Man sagte: wenn dieser arme Mann einen Sohn hätte, und dieser Sohn stände vor der Gemeinde und sagte das Gebet: ‚Segnet den Herrn, der gesegnet ist!‘ und die Gemeinde würde antworten: ‚Amen!‘ und der Sohn würde auch sagen: ‚Gepriesen sei der grosse Namen!‘ [einen Satz aus dem Kaddisch], würden sie ihn aus seiner Strafe entlassen. Aber dieser Mann hatte nie einen Sohn. Er hinterliess seine Frau schwanger, und er wisse nicht, ob das Kind ein Knabe sei. Und wenn sie einen Sohn gebäre, wer würde den Jungen die Thora lehren? Denn dieser Mann habe keinen Freund in der Welt.‘ Unverzüglich nahm Rabbi Akiva die Aufgabe auf sich, herauszufinden, ob dieser Mann einen Sohn gezeugt hatte, damit er ihn Thora lehren und ihn in der Gemeinde einsetzen könnte, dass er die Gebete leite. ‚Wie heissest du?‘ fragte er. ‚Akiva,‘ antwortete der Mann. ‚Und wie heisst deine Frau?‘ ‚Shoshnia‘ ‚Und deine Stadt?‘ ‚Lodkiya.‘ [Laodicea/Latakia in Syrien]. Rabbi Akiva war tief aufgewühlt von all dem und stellte seine Untersuchungen an. Als er in diese Stadt kam, erkundigte er sich über den Mann, den er angetroffen, und die Leute in der Stadt sagten: ‚Mögen seine Knochen zu Staub zerrieben werden!‘ Er fragte nach der Frau des Mannes, und man sagte ihm: ‚Möge die Erinnerung an sie aus der Welt getilgt werden!‘ Er fragte nach dem Sohn des Mannes und erhielt die Antwort: ‚Er ist ein Heide - wir haben uns nicht einmal darum gekümmert, ihn zu beschneiden.‘ Sofort unternahm es Rabbi Akiva, ihn zu beschneiden und setzte ihn vor ein Buch. Aber der Junge weigerte sich, die Lehre zu hören. Rabbi Akiva fastete 40 Tage lang. Eine Stimme wurde vom Himmel vernommen: ‚Für diesen kasteist du dich?‘ ‚Aber Herr der Welt,‘ antwortete Rabbi Akiva, ‚es ist für dich, dass ich ihn vorbereite.‘ Plötzlich öffnete nun der Heilige, gepriesen sei er, das Herz des Jungen. Rabbi Akiva lehrte ihn Thora, und das Gebet ‚Höre, Israel‘ und das Tischgebet. Er stellte ihn der Gemeinde vor, und der Junge rezitierte: ‚Gesegnet sei der Herr, der

Seite -17-

gesegnet ist!' und sie antwortete: 'Es sei der grosse Namen gesegnet!' In diesem Augenblick wurde der Mann von seiner Bestrafung erlöst. Er erschien sogleich dem Rabbi Akiva in einem Traum und sagte: ‚Möge es der Wille des Herrn sein, dass deine Seele Freude finden werde im Garten Eden, denn du hast mich von dem Urteil der Gehenna [Hölle] errettet.‘ Rabbi Akiva erklärte: ‚Dein Name, Herr, dauert in Ewigkeit, und die Erinnerung an dich währt durch alle Geschlechter!‘ Aus diesem Grund wurde es üblich, dass die Abendgebete in der Nacht nach dem Schabbat von einem Menschen geleitet werden, der keinen Vater oder keine Mutter hat, so dass er das Kaddisch und ‚Segnet den Herrn, der gesegnet ist!‘ sagen kann.“

Auch hier ist es wieder die grosse Rolle, die das Lernen und Lehren beim Verzeihen spielt - die Kultur des Erinnerns als eine Kultur des Verzeihens! Die Geschichte des Mannes Akiva erinnert mich auch an das Wort des Staretz Zosima in den „Brüdern Karamazov“: „Was ist Hölle?“ „Das Leiden der Liebesunfähigkeit“ (engl. S. 322) (*„shto jest’ ad?... Stradaniye o tom, shto nel’za uzhe bolyeye lyubit’“*, p. 349). Das ist wirkliche Hölle: nicht imstande zu sein zu lieben.

Ich möchte aber als Psychoanalytiker noch einen anderen Aspekt dieser Geschichte bedenken: dass des Mannes Name ebenfalls Akiva ist. Könnten wir dies nicht auch als eine Art doppelten Bewusstseins, doppelter Persönlichkeit und gespaltener Identität betrachten, eben so, wie wir dies klinisch beobachten könnten? Ist es ein Mythos von der Doppelheit als Ausdruck des Konflikts innerhalb des Gewissens in Bezug auf den Tod - die **Schuldenlast vom Leben** und die **Scham über die äusserste und völlige Dehumanisierung**, die dem Sterben eigen ist, der nackte und erniedrigte schwarze Mann? Diese Doppelheit kann nur dank der sühnenden Kraft von Lehren, Studium und dem Angenommenwerden durch eine Gemeinschaft überwunden werden. Dabei besitzt insbesondere die liebende Fürsorge, wie sie Rabbi Akiva dem Toten und dessen Sohn bezeugt, eine heilende und erlösende Macht und ein metaphysisches Leuchten : die Liebe besiegt den Tod.

Viel später in seinem Buch führt Wieseltier die Meinung eines sonst nicht bekannten Rabbi Ovadia aus dem 15. Jahrhundert an, das Kaddisch sei nicht ein Gebet für etwas, schon gar nicht ein Gebet für die Toten, sondern es sei ein Beweis: „Der Sohn bezeugt, beweist, zeigt, warum sein Vater ein gutes Schicksal verdiene. Der Sohn ist nicht der Advokat; er ist die Evidenz... Prüfe mich, und verzeihe ihm! Er lehrte mich, hier zu sein, und hier bin ich. Es ist der Tote, der verantwortlich ist für das Kaddisch für den Toten.... Das Kaddisch ist nicht ein Gebet für den Toten. Es ist etwas, was der Tote vollbracht hat [achievement of the dead]“ (S. 420/421).]

Spiegelmagie und das todegebende Auge

Warum wohl das **Verhüllen der Spiegel**? Ich habe mehrere Antworten darauf bekommen. Zuerst die traditionelle Antwort, die ich erhielt (Mitteilg Mr. Ron Mitnick, R. Ari Enkin): „1. Während Schiv'a ist der trauernde Mensch bestrebt, seine Körperlichkeit und Eitelkeit zu ignorieren, um sich auf die Realität seiner Seele zu konzentrieren. 2. Ein Spiegel stellt soziale Annahme durch die Verbesserung des eigenen Aussehens dar. Das Trauern im Judentum soll einsam und schweigsam sein, ein Verharren beim eigenen Verlust. Das Verhüllen der Spiegel symbolisiert diesen Rückzug vom Blick der Gesellschaft. 3. Gebete, wie sie gewöhnlich im Schiv'ahaus gehalten werden, sollen nicht vor einem Spiegel stattfinden. Wenn wir beten, richten wir unsern Sinn auf Gott und nicht auf uns selbst. 4. Körperliche Beziehungen zwischen Mann und Frau werden während der Schiv'awoche unterlassen, und deshalb ist es nicht nötig, körperliche Schönheit zu pflegen.“

Die einleuchtendste und bewußtseinsnächste Erklärung ist wohl die, daß der Spiegel den Übergang in eine andere Welt symbolisieren kann: der geliebte Mensch ist hindurch gegangen, und wir können ihm nicht folgen. Die Grenzen öffnen sich zur Welt des Unheimlichen, Jenseitigen, Dämonischen. Eine Patientin berichtet einen Traum: „Hinter zerbrochenem Glas und einem beschädigten Bild hing ein Spiegel. Durch den konnte ich hindurch und in eine andere Welt gehen. Es war zugleich unheimlich, und ich war neugierig. Es bedeutete Veränderung, und ich ging immer wieder durch den Spiegel.“ So wäre dann der Spiegel das Symbol für die tiefste Verwandlung.

Seligmann (1921?, S. 288) zitiert ähnliche Deutungen: „Man fürchtet, daß die bösen Geister sonst zu dieser Zeit ihren Reigen tanzen und sich im Spiegel beschauen möchten“ oder „daß das Spiegelbild des Menschen, welches mit der Seele identifiziert wird, von der ausfahrenden Seele mitgeschleppt werden könnte,“ findet dann aber, daß diese Erklärungen zu kurz greifen. Er vermutet, daß das zentrale Motiv für diese auch sonst verbreitete Sitte (in Bezug auf kleine Kinder, Wöchnerinnen und Kranke) die Furcht vor den verderblichen Augenstrahlen sein könnte: die Augenstrahlen des Toten könnten auf einen der Leidtragenden reflektiert werden, ganz in der Art des „**Bösen Blickes**.“

Die Googlesuche ergibt einige andere primärprozeßhafte Erklärungen: „Das eigene Spiegelbild zu sehen bedeutet, seine eigene Seele sehen... Alle Spiegel in einem Zimmer, wo jemand vor kurzem gestorben ist, sollen bedeckt werden, damit die Seele der toten Person nicht hinter dem

Seite -19-

Spiegel gefangen werde. Aberglauben behauptet, daß der Teufel die Spiegel gerade zu diesem Zweck erfunden habe.... In alten Kulturen heißt es, wenn man das eigene Spiegelbild sieht oder davon träumt, man bald sterben werde.“

Der Spiegel öffnet das Portal zu einer völlig anderen Wirklichkeit, zu der des Unbewußten. Damit entpuppt sich also die Spiegelverhängung und -umkehrung als eine Abwehr gegen den befürchteten Neid, die Eifersucht und die Verurteilung von Seiten des Geistes des Toten - also die Projektion der eigenen feindseligen Wünsche gegen den Toten und deren Bestrafung (s. Freud, Totem and Tabu, 1912). Und dafür muß man ja so sehr auch innerlich um Verzeihung vom Verstorbenen bitten.

Vielleicht bedeuten sowohl das Schließen der Augen des Toten wie die Spiegelverhüllung eine Wendung vom Passiven ins Aktive: die im Auge erlebte Lebendigkeit und Aufmerksamkeit ist nun erstarrt. Dieser Prozeß des Stillstehens des Schauens and Gesehenwerdens wird nun aktiv reinszeniert (A. Gerlach, pers. Mittlg).

Mir leuchtet aber die folgende Deutung besonders ein: Eine befreundete Kollegin beschreibt, wie sie, nach der Deportation und Ermordung ihrer Eltern in Auschwitz, es vermied, sich im Spiegel des Gangs im Kinderheim, wo sie längere Zeit Schutz fand, anzuschauen: „Ich schaute anscheinend nicht auf mich selber, als ich in das ‚Heim‘ kam, in das ich 1942 geschickt wurde. Der Grund, warum ich dies so genau weiß, liegt darin, daß ich jede Nacht auf meinem Weg ins Bett an einem Spiegel vorbei ging und an einem Abend sehr erschrocken war, mich selbst zu sehen, was nur bedeuten kann, daß ich mich selber eine Zeit lang nicht gesehen hatte. Ich dachte, der Sinn davon könnte sein, daß der erlittene Verlust, wenn jemand stirbt, auch ein Verlust des eigenen Selbst sei. Für mich war es nicht Teil eines Rituals, sondern etwas, das sich spontan ereignete. Wie du weißt, konnte es sonst keine Trauerperiode geben.“ Mag dies nicht eine Art von Überlebensscham sein?

Überhaupt scheint mir das ganze Spiegelritual auf einen **tiefen Zusammenhang zwischen Tod, Trauer und Scham** hinzuweisen. Tod und Sterblichkeit sind für uns alle eine tiefe Kränkung des Selbstbildes, und die totale Dehumanisierung des Leichnams, dieser absolute Übergang vom Personhaften ins Dinghafte rührt an eine Art Urscham, wie die Versteinerung, „the petrification, mortification“, im Schamerlebnis selbst und in den Mythen von der Verwandlung der Liebenden in Stein (z.B Kirke, Rapunzel).

Aber immer wieder zurück zum Wesentlichen: **Sich zu erinnern bedeutet, am Leben zu erhalten.** Jemand zitiert mir Elie Wiesel: „Wer sich erinnert, lebt zweimal.“ Doch, wie Wieseltier klagt: Wie steht es mit den Unzähligen, die im Holocaust umgekommen sind und die niemanden, keine Kinder haben, die sich an sie erinnern? Die das Kaddisch für sie sprächen und der Jahrzeit gedächten?

Der Druck der Welt der Dinge

„Das aber kann ich nicht ertragen,
Daß so wie sonst die Sonne lacht;
Daß wie in deinen Lebenstagen
Die Uhren gehn, die Glocken schlagen
Einförmig wechselnd Tag und Nacht.“

(Storm: „Einer Toten“, zit. von Meuli, Bd 1, S. 422)

Ein dritter Themenkreis, der heute und wohl auch in der Vergangenheit im Trauerprozeß ein großes Gewicht hat: die Last der praktischen Aufgaben, die fast unmittelbar mit einem Todesfall auf uns einstürzen. Ich meine damit alle die dringenden Abmeldungen, die Titelveränderungen, das Umschreiben der Guthaben, die nötigen Registrationen und Umregistrierungen, die Implikationen für die Steuern, das Beantworten von Anfragen und Briefen, die Vorbereitung des Grabsteins, das Ordnen und Ausräumen der Habseligkeiten, der Kleider, der Papiere...

Wir dachten, daß wir für manches lange schon die wesentliche Vorarbeit geschaffen haben; aber es erwies sich, daß diese Aufgaben gleich nach dem Schiv'a-Sitzen wie eine unbarmherzige Sturmflut über uns hereinbrachen. Alles war plötzlich so viel komplizierter als zuvor erahnt. Ich fühlte zusätzlich zur Trauer eine ungeheure Müdigkeit, ein Gefühl: „Sind Leiden, Tod und Verlust nicht schon genug? Wie kann ich diese neuen Lasten bewältigen?“ Es sind natürlich alles von außen andrängende Überichforderungen, die innerlich amplifiziert werden. Manchmal ergriff mich ein tiefes Ressentiment und eine große Wut darüber, nicht allein gelassen zu werden. Alles erfordert meine Entscheidung.

Ähnlich steht es mit den dringenden Aufgaben, das Haus der Krankheit und des Todes von all den aufgehäuften Dingen zu entrümpeln, die Hinterlassenschaft durchzugehen, all das von mir über Jahre von Notsituationen, Pflege, Angst und Gram Liegengelassene und in Unordnung Befindliche zu sichten und zu ordnen. Der ganze Haushalt muß umgestellt werden. Wiederum

Seite -21-

eine Reihe von Überforderungen, die halt auch zum Trauerprozeß, in Freuds Wort zur „Trauerarbeit“ (1916), gehören. Ich frage mich: Warum wird dies in den psychoanalytischen Schriften ausgelassen (wenigstens so weit sie mir bekannt sind)?

Zugleich erzwingt gerade dieses Sichten und Ordnen mehr und mehr ein Abschiednehmen von Dingen, die mit meiner Frau zu tun hatten, und dies erinnert an den Ablösungsvorgang, von dem Freud so eindrücklich schrieb.

Hingegen steht dieses forcierte und bedrängende Michtrennenmüssen von vielen Objekten, von den Dingen, symbolisch für den großen Verlust der mir nahestehenden Anderen. So geht es mir mit der ganzen Welt daheim: dem Haus, den blühenden und wunderbar duftenden Büschen, die sie gepflanzt, den Blumen, die sie in die Erde gelegt, den Bäumen, in deren Schatten ich sitze und die sie als kleine, viel versprechende Sprossen in die Wiese gesetzt hat, die Steinplatten, die sie gelegt, das kleine Schwimmbad mit Mosaik, das sie für die Kinder gebaut, die Zimmerwände, die sie kunstvoll bemalt, die Bilder, die sie aufgehängt hat ... Bei all dem denke ich nun an den endgültigen Abschied von ihr, und das tut sehr weh. Habe ich sie zeitlebens gewürdigt? Bei weitem nicht genug!

Ich spreche nicht gerne vom Tod des Anderen als Objektverlust, denn der Mensch ist ja kein Objekt, kein „Gegenstand“, außer wenn wir ihn dehumanisieren. Es ist gerade nicht ein Objekt, das wir betauern, sondern den wertvollsten Mitmenschen, nicht ein Es, sondern ein Du.

Der trauernde Psychotherapeut.

Was sind nun aber die Folgen für meine psychotherapeutische und supervisorische Tätigkeit? (Psychoanalysen im eigentlichen Sinne hatte ich leider ohnehin keine mehr seit 2006.)

Es ist unvermeidlich, daß sowohl der lange Krankheitsvorgang wie dann der Tod, und damit Stunden schwerster Angst und Trauer, ständig in Psychotherapie und Supervision eindringen mußten und müssen. Der „Rahmen“ wurde immer wieder radikal gesprengt. Notgedrungen mußte ich schon zur Zeit des immer stärker dekompensierenden Alzheimers und erst recht bei den vielen lebensbedrohlichen Krisen des Krebses bei meiner Frau und dann auch bei meinen eigenen Operationen und andern Eingriffen Stunden oft sehr kurzfristig absagen, selten sogar in der Mitte unterbrechen. Es war deshalb vom Anfang an nötig, viel aus meinem gegenwärtigen Leben zu offenbaren und auf Fragen zu antworten. Für die meisten der ohnehin am Telefon

Seite -22-

gehaltenen Stunden konnte ich zuhause sein, so daß ich dazwischen immer wieder bei meiner Frau sein und ihr beistehen konnte. Auch hatten wir sowieso rund um die Uhr Pflegerinnen, denn meine Frau durfte nie allein gelassen werden. Es gab Wochen, wo ich meine Arbeit fast ganz einzustellen gezwungen war, v.a. wenn ich im Spital auf die Arztvisiten und Konsultationen wartete, und dann natürlich in der Schiv'a-Woche.

Ist unter solchen Umständen Psychotherapie oder Supervision überhaupt noch durchführbar und nützlich? Ich würde dies durchaus bejahen. Sie ist sowohl für die Kontinuität von Arbeit und Beziehung mit Patienten und Kollegen wie auch für mich selbst als Halt an der Realität und der Sinnhaftigkeit des Lebens notwendig (ganz abgesehen, daß die Pflege ein Vermögen kostete und Einkünfte wichtig machte). Naturgemäß tritt dabei die **reale Beziehung** stark in den Vordergrund; aber selbst dies eröffnet die Möglichkeit, an **neuen Übertragungskonflikten** und v.a. an wiederbelebten **Traumata** des Anderen zu arbeiten. Besonders diese letztere scheint mir jetzt von Woche zu Woche wichtiger. Patienten und Kollegen, die traumatische Mit-Leidens- und Verlusterfahrungen durchgemacht, aber z.T. verleugnet haben oder gegenwärtig durchstehen, fühlen sich ermutigt, gemeinsam mit mir sich diesen mehr zuzuwenden und die „vergessenen“ Affekte zuzulassen. So viel in diesem Erleben wird gemeinsam. Wir sprechen eine gemeinsame Sprache, wie es zuvor nicht so möglich gewesen wäre: Trauer natürlich, tiefe Gram, aber auch die Schichten der Schuld, die Konflikte im Überich, Wut und Zorn über Unverständnis und Kälte der Umwelt, Fragen tiefen Zweifels über noch zu treffende medizinische Entscheidungen, und v.a. immer wieder ganz große Angst, ja, Panik. Geteilte Scham ist halbe Scham, geteiltes Leid ist halbes Leid. Ein Kollege und Freund beobachtet, wie schwer es ihm falle, Dinge zu tun, die sein todkranker Sohn nicht mehr tun kann: lesen, fernsehen, „exercise“. Es ist auch bei ihm eine tiefe Solidarität, ein Mit-Leiden. Er möchte ihn von seinem Leiden befreien und es ganz auf sich nehmen. Es ist die Phantasie, so stellvertretend und magisch den Hirntumor zu besiegen. „Ich denke nicht, dass ich je wieder aufwachen und glücklich sein kann... Mein Interesse, Sinn zu finden, ist zerstört.“

Zugleich ist es das Bewußtsein, wie die Arbeitsethik, z.B. das Bild des weiter arbeitenden Vaters wie meine rasche Wiederaufnahme von Arbeit, einen starken inneren Halt, ein Vertrauen auf Beständigkeit im Sturm, bedeuten kann. Auch die Einsicht, daß die oft gewaltige Mattigkeit und Antriebslähmung, als Teil der Verarbeitung einer ganz tiefen Verwundung, angenommen werden müssen, daß es nötig ist, sich immer wieder hinzulegen. M.a.W.: **Regression im Dienste des Durcharbeitens des Schmerzes** muß nicht als etwas Beschämendes abgelehnt und unterdrückt werden. Es ist gut, gemeinsam zu weinen. Die geteilte Menschlichkeit hat für beide

Seite -23-

etwas Heilendes. Die Anonymität und „Indifferenz“ wird zu einem fragwürdigen Wirkfaktor: Mag sie nicht historisch in der Entwicklung der Psychoanalyse als Schutz gegen das Ausagieren von Analytikern sehr bedeutsam gewesen, aber nun zum Fetisch geworden sein, der manchmal optimale Arbeit verhindert?

Auch die kognitive Regression, wie ich sie bei mir selber als zerbrochene Wirklichkeit beschrieben habe, hat zwar mit Dissoziation zu tun, darf aber in keiner Weise mit etwas Psychotischem verwechselt werden (ein großer, doch sehr häufiger Irrtum, der zur Übertreibung und verheerenden diagnostischen Inflation führt). Ganz unabhängig von der Trauerarbeit habe ich mit Entsetzen und großem Ärger immer wieder die unglaubliche Bereitschaft von Kollegen bemerken müssen, so vieles, ja fast alles, was mit Regression zu tun hat, sogleich als psychotisch zu bezeichnen und auf einen sogenannten psychotischen Kern zurückzuführen. Ich werde dabei an Schillers Wort erinnert: „...und sie treiben mit Entsetzen Spott“. Mit solchen Übersteigerungen der Pathologie verbaut man sich die menschliche Einfühlung und das Verstehen der echten Not des Anderen.

Was ich besonders schwer fand und finde, war und ist mit Leuten zu arbeiten, die sehr wenig Mitgefühl zeigten, v.a. Kollegen in der Supervision, die sich nicht oder kaum je erkundigten, immer wieder frisch und forsch direkt mit ihrem Material in die Stunde platzten, als ob ihre Realität das einzig Wichtige wäre, oder bei denen auch das gelegentliche Nachfragen nicht echt, nur „perfunctory“, tönte. Ich habe dies kaum bei meinen Patienten erlebt. Zudem ist es sehr delikats, dies in den Dialog zu bringen, da eine solche Bemerkung sogleich stark als Vorwurf erlebt würde: „Ich komme zu Ihnen, damit wir uns mit unseren Aufgaben, nicht mit Ihren Problemen beschäftigen.“ Und dies stimmt ja auch.

Daraufhin angesprochen (genauer: durch die Lektüre dieses Essays zur Trauer) erklärt ein Kollege, wie unsicher er selbst gewesen sei und „unausgesprochene Grenzen zu überschreiten“ fürchtete: „Diese bewussten Konflikte verdecken allerdings sicherlich tiefere Schichten, die Abwehr gegen meine eigenen Traumata, meine Trauer und Schuldgefühle im Zusammenhang mit dem Sterben, den Krankheiten und dem Tod meiner Mutter... Die Schwierigkeit, Ihnen gegenüber Mitgefühl zu zeigen, spiegelt denn ja auch vielleicht nur wieder, wie schwer mir das damals und sicherlich zu grossen Teilen noch immer mit mir selbst fällt.“

Auch das Gegenteil kann zum Problem werden: wenn die Stunden, besonders in der Supervision, völlig von der Anteilnahme aufgezehrt werden. Doch da kann es sich, zusätzlich

Seite -24-

zur sehr starken echten Teilnahme und Menschlichkeit, oft um eine Verschiebung eigener großer Sorgen oder persönlichen Kummers und Schmerzes handeln, und ich versuche dann, eher früher als später, die Rede auf diese zu bringen. Diese Rückkehr zum Eigenen gilt natürlich noch viel stärker in der Arbeit mit Patienten.

Trauer, Schmerz, Schuld und Spaltung des Wirklichkeitserlebens sind stets eng verwoben mit Problemen der Aggression, namentlich der gegen das eigene Selbst gerichteten. Auch die vereitelten Allmachts- und Unsterblichkeitswünsche, die tiefen Kränkungen im Selbstbild sowohl beim Therapeuten wie bei Patienten und Supervisionskollegen, spielen untergründig, unbewußt, als eine Art Kontrapunkt mit. Alle diese Konflikte können nur mit sehr viel Takt angegangen werden, damit die Deutung nicht als verhüllter Vorwurf erlebt und damit zum Überichagieren in der Gegenübertragung wird (ganz allgemein ein enorm wichtiges and viel zu wenig reflektiertes Problem). Einsicht in die oft dahinterliegenden Konflikte **im** Überich, nicht **mit** dem Überich, vermag da weiterzuhelfen.

Die eigene Sterblichkeit und existentielle Verwundbarkeit ist aber auch für mich zu einem brennenden Thema geworden.

*

Verstehen ist tröstlich. Aber der größte Trost ist „die **Sympathie, das Mit-Leiden** im strengsten Sinn“ (Meuli, S. 423).

“When there is anguish in a person’s mind, let him talk it out, and a good word will make him glad” (or give him joy)(de’agá belev-ish jasschéna, wedavár tov jesammechéna)”) (“Proverbs”/ Mishlei,12.25).

“Give sorrow words; the grief that does not speak
Whispers the o'er-fraught heart and bids it break.” (William Shakespeare: Macbeth, IV, III, 209²)

² Quoted by Dr. Zvi Lotane

Bibliographie

- Barbal, M. (2005): Inneres Land. Übers. H. Nottebaum, Transit, Berlin, 2008
- Beland, H (2009): Kollektive Trauer - Wer oder was befreit ein Kollektiv zu seiner Trauer? Annäherung an die Trauer des Selbstverlustes über den Vergleich mit Freuds Empirie und Theoriegeschichte des Trauerns. In: Wellendorf, F. & Wesle, T (2009): Über die (Un)Möglichkeit zu trauern. Klett/Cotta, Stuttgart, S. 243 - 262
- Didion, J. (2005): The year of magical thinking. Random/Vintage, New York
- Freud, S. (1912): Totem und Tabu. GW IX
- Freud, S. (1916): Trauer und Melancholie. GW X, S. 428 - 446
- Kast, V. (1982): Trauern. Phasen und Chancen des psychischen Prozesses. Kreuz Verlag, Stuttgart
- Kast, V. (2006): Zeit der Trauer. Kreuz Verlag, Freiburg
- Markert, F. (Entwurf, pers. Mitteilg): Trauer und Depression - verstanden als stecken gebliebene Trauer
- Meuli, K. (1975): Gesammelte Schriften (2 Bände). Schwabe, Basel/Stuttgart
- Seligmann, S. (1921?): Die Zauberkraft des Auges und das Berufen. Ein Kapitel aus der Geschichte des Aberglaubens. Verlag J. Couvreur, Den Haag
- Wellendorf, F. (2009): Verletzbar durch Verlust und Endlichkeit - Trauern und Überleben. In: Wellendorf, F. & Wesle, T (2009): Über die (Un)Möglichkeit zu trauern. Klett/Cotta, Stuttgart, S. 21 - 36
- Wieseltier, L. (1998): Kaddish. Random/Vintage, New York

Kontakt:

Prof. Léon Wurmser
904 Crestwick Road,
Towson, Maryland 21286
USA